



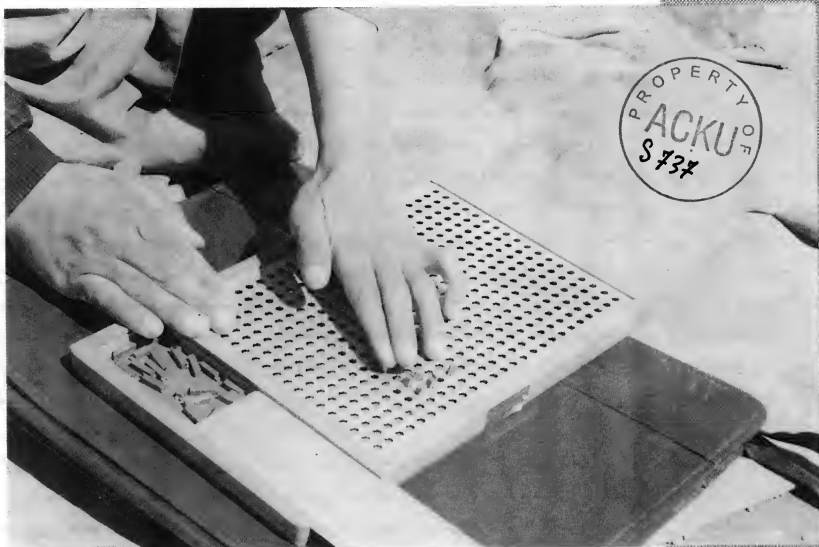
توان

دافغان معيوبينو هوار خيز پروگرام درې مياشتنۍ خپرونه

اپريل ۲۰۰۰ ميلادي

حمل ۱۳۷۹ هجري شمسي

سال چهارم شماره نهم



طفل نابينا در حال آموختن خط بریل

درين شماره

- | | |
|----------------------|----------------------|
| چگونه ميتوان طفل... | سرليكنه |
| ناتواني در آموزش | ورکشاپ انکشاف... |
| چگونه اشخاص معيوب... | بنوونه او کليوالی... |
| نکات عملي جهت... | روز زن درکشور |
| دخان پوره کول او... | سپينه خولی |

TAWAN:

A quarterly disability publication of the Comprehensive Disabled Afghan's Programme

Contact:

17C, Gulmohar Lane,
University Town
POB 740, Peshawar, Pakistan
Phone +92-(91)- 841880,
843890, 844693
Fax: 844946
E-mail: unedap@brain.net.pk

راځي چې خپل بار خپله پوسو

له دغو معيوبينو سره لږ مرسته وشوه خو پخپله د ډير زيار له امله ژر خپل هدف ته ورسيدل. يو شمير معيوبين چې اصلاً د علاج کولو لپاره ورته راغلي وو، په پای کې د پروژې تکړه غړي او حتی مشران ترې جوړ شوو.

ددې خبرې معنا دا شوه چې که يوه کورنۍ او ټولنه غواړي چې معيوب عناصر يې د نورو د اوږو پيټې نه شي بايد چې د هغوی د حقوقو په نظر کې نيولو او احترام کولو په اساس د بيارغونې له هر ډول هڅو څخه ځان ونه سپموي او دې ته انتظار ونه باسې چې له ټولنې نه بهر يو څوک يا مؤسسه راشي او د معيوبينو علاج او توانمندی تامين کړي. څرنگه چې معيوب يو انسان او د ټولنې يو مستحق غړی دی. نو دهغه په بيارغونه او په خپلو پښو درولو کې که نارينه وي يا ښځينه، ماشوم وي او که لوی. بايد د هر چا دپام او احترام وړ وبلل شي او په ژوندانه کې هر ډول لازمي مرستې ورسره وشي. معيوب خيرات نه غواړي او نه بايد څوک معيوب ته د خيرات خواړه په سترگه وگوري. معيوب که ماشوم وي زده کړې او ښوونځي ته اړتيا لري چې بايد تر لازم چمتوالی وروسته هغه په ښوونځی کې شامل کړای شي. که بې کسبه وي. بايد کسب او حرفه ورزده کړای شي او بيا په کار وگومارل شي. او که کار او دنده لري خو اقتصادي وضعه يې پرمختگ ته نه پرېږدي نو بايد پور او قرضه ورکړای شي ترڅو هغه خپل دکار سامان او يا د دوکان د خرڅلاو شيان پرې برابر کړي چې په پښو ودرېږي او نه يوازې خپل پور بيرته ادا کړي بلکې خپل ژوندون هم د ځان او کورنۍ لپاره سوکاله کړي.

موږ وينو چې په اوسنی وخت کې زموږ په ټولنه کې يو زيات شمير دخير ښيگڼې مؤسسې د بهرنيو او داخلي اشخاصو تر ادارې لاندې زموږ د هيواد د زيات شمير معيوبينو لپاره همدا پورتنۍ مرستې او لارښوونې کوي. چې د هغو په سر کې د افغان معيوبينو هراړخيز پروگرام CDAP اداره ده. دغه اداره هم د ملگرو ملتونو او نورو منابعو مالي او تخنيکي مرستو ته پخپل وار سره اړتيا لري. نو که چيرې دا مرستې کمې شي چې هم دا اوس دغه وضعه ده، او يا پای ته ورسېږي، نو زموږ د معيوبينو د بيارغونې لپاره به ډير کم او يا هيڅ چانس نه وي پاتې، نو بهتره به دا وي چې زموږ د ټولنې روغ افراد او پخپله معيوبان هم، د بيارغونې او د ټولنې دعمومي ودې او انکشاف په برخه کې لاسونه سره ورکړي او له خپلو داخلي زيرمو او منابعو څخه په گټه اخيستلو سره د معيوبينو د بيارغونې هڅې جاري وساتي معيوبين په بيلا بيلو ممکنو لارو کې وروزي او مرسته ورسره وکړي چې په دې توگه به معيوبين هم په ځان باور پيدا کړي او د خپل ځان غمه به پخپله خوري او دټولنې د پرمختگ څرخ په چالان وساتي. په پای کې به په کور او ټولنه کې معيوب او نامعيوب په يوه سترگه کتل کيږي او انساني کرامت او مسئوليت ته به بشپړه پاملرنه شوي وي. هيڅوک به دهیچا لاس ته په تمه نه کيني او هر نارينه او ښځينه معيوب به په برابره توگه دهر چا د احترام او درناوي وړ وي.

معيوب وگړی د ټولنې هغه غړی دی چې د خپل بدن يو اندام يې له لاسه ورکړی وی او يا له کاره لويديلی وي او له همدې امله ځينې خلک زموږ په ټولنه کې ورته معذور هم وايي. يعنی هغه څوک چې د يوې فزيکي يا دماغي نيمگړتيا له امله هغه کار سرته نه شي رسولای چې نامعيوب اشخاص يې معمولاً سرته رسوي. په نړۍ کې ډير معيوبين تر يوې معيوبتيا زياتې نيمگړتياوې لري چې په هماغه اندازه يې ستونزې هم زياتيږي او اکثراً يې علاج گران ښکاري. که څه هم يو شمير د متعددو معيوبتياو درلودونکی کله کله د هغوی دکورنۍ او ټولنې د ښو او اغيزمنو هڅو او مرستو له برکته بيارغونه او توانمندی ترلاسه کوي او په ټولنه کې نه يوازې د نورو د اوږو پيټې نه وي بلکې نورو معيوبينو ته هم کار او خدمت کوي او د ټولنې احترام ترلاسه کوي. ډير ښه مثال د مکسيکو په لويديځ کې د پروجيمو د بيارغونې کارمندان دي چې يو شمير يې زياتې معيوبتياوې هم لري مگر د معيوبينو لپاره د بيلا بيلو مرستندويه وسيلو په جوړولو کې دشاوخوا پراخې سيمې دخلکو لپاره خدمت کوي او ستر نوم يې گتلی دی. دغه د معيوبينو د بيارغونې پروژه په خپلو پښو ولاړه ده او معيوبو کارمندانو يې نړيوال شهرت موندلی.

ورکشاپ انکشاف قاموس زبان اشاره افغانی

ص. احسانیار

ورسیدن به موافقات فوق الذکر یک پلان کاری شامل موضوعات ذیل ترتیب شد:

جمع آوری نظریات
کمسیون به ارتباط
پوش قاموس، پیش
گفتار، مقدمه، نقد
ورهنمای استفاده از
کتاب، تهیه گرامر
زبان اشاره، عکاسی
حدود ۱۲۰۰ اشاره،
رسامی حدود ۱۲۰۰
اشاره، ترتیب و تنظیم
۲۰۰۰ لغات اشاره



در ورکشاپ ۱۶ روزه انکشاف قاموس
زبان اشاره افغانی روی موضوعات

سومین ورکشاپ انکشاف قاموس زبان
اشاره افغانی از تاریخ ۲۷ فبروری الی ۱۲

مارچ سال جاری با
اشتراک ۹ تن از ناشنویان
و ۴ تن آموزگاران
موسسات HIFA و
SHIP جلال آباد و
CDAP پشاور به اهتمام دفتر
CDAP در شهر پشاور
دایر گردید.

هدف از تدویر این
سیمینار ثبت اشارات
باقی مانده ورکشاپ قبلی

که از تاریخ ۱۷ جنوری الی ۲ فبروری در
کابل دایر گردیده بود، تشریح و جمع آوری
اشارات برای مفاهیم جدید، تطبیق
و بررسی اشارات موجوده قاموس زبان
اشاره و تعیین پلان کار دور بعدی
کمسیون زبان اشاره بود.

به شکل الفبا، ترتیب مترادف های تمام
لغات، بررسی نمودن تمام اشارات، بررسی
نمودن کتاب دوم اشارات، جمع آوری
اشارات بین المللی کشورها، بررسی
نمودن حدود ۲۰۰۰ اشاره کلمات قبول
شده از طرف کمسیون و تعیین تاریخ دور
بعدی ورکشاپ.

مختلف ذیل بحث صورت گرفت که به
توافق آراء به یک نتیجه ای دست باب
گردیدند. این موضوعات شامل بحث
و مذاکره بالای ۸۶۰ لغت که ۳۰۰ لغت آن
جدید بود وجود آمده، پوش کتاب و انتخاب
رسم و مدل جهت رسامی اشارات قاموس
بود بعد از مباحثات و تبادل نظریات

ج. حکمتی

ښوونه او کلیوالی ښوونه

ترجمه:

پروگرام په دې موافقه وکړه چې د پروگرام
دنورمال چلند او دهغه د ښه والی او بهتر کولو
په لاره کې به نورې لارې اسانتیاوې برابرېږي.
د سولې د پروگرام د ساحې کارمندانو هیئتونو
ته وظیفه ورکړای شوه چې په هره اولسوالۍ کې
د ښوونې او روزنې په مسائلو باندې داوولسوالي
دشورا له غړیو سره په غور سره بحث وکړي چې
په نتیجه کې هغوی پخپله د ټولنې او د پروگرام
په مسئولیتونو باندې موافقه وکړي.

د ۱۹۹۹ کال په دوهمه نیمایۍ کې د سونې
پروگرام تصمیم ونيو چې په تجربوي بڼه کلیوال
ښوونځی په هغو کلیو کې پرانيزي چې د هغو

مشورو په نتیجه کې چې د ملگرو ملتونو د
سولې دایتکار همکارو موسسو او د ټولنې د
نماینده شوراگانو ترمنځ د ۱۹۹۸ کال د نوامبر
په میاشت کې د کندهار اوفراء په ولایتونو کې
پیل شوي وي. د افغانی ماشومانو لپاره د
ټولنې اساسی تعلیمات یا ښوونه او روزنه د
ټولنې د اولیت په حیث تائید شوه.

ددغو غونډو هدف د یوه کلیوال تعلیمي
پروگرام منځ ته راوړل و. د شورا گانو غړیو په
دغه پروگرام کې دخپل بشپړ کیدون ژمنه وکړه او
هغه دا وه چې د ښوونکو معاش او د ښوونځیو
اداره به په غاړه اخلي. له همدې امله د سولې

ښوونځي د ښوونې او روزنې رومبۍ پښاد دی
چې د ماشوم راتلونکي سنډالۍ. ښوونځۍ دي
چې هیواد د اولادونو راتلونکي د نیک مرغۍ.
په لوري هڅوي، وړوکی او معصوم فکرونه په
اسلامی او ټولنیزو لارو برابرېږي. او بیا له
همدغه پاکو او سپیڅلو اولادونو د فکري قوا او
طاقث څخه د وطن د ابادی په لاره کې کار اخلي.
افغانستان یو جنگ ځیلي هیواد دی چې د
اساسی تعلیماتو سیستم یې تقریبا په بشپړه
توگه له منځه تللی دی او یو نسل له تعلیمي
اسانتیاو څخه بې برخې دی. د همدغه حقیقت
په درک کولو سره د هغو غونډو د مباحثو او

ارتيا دا ده چې پخپله ټولنه وهڅول شي چې دخپلو اولادونو د تعليمي امورو په لاره کې برخه او ونډه واخلي.

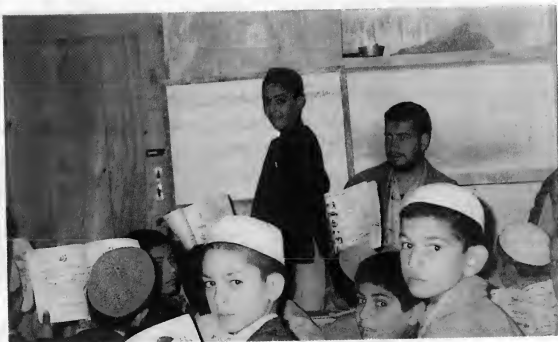
د CDAP او UNOPS وروستۍ اقدام او UNICEF په موقع ملاتړ دټولنې د ښوونې او روزنې لپاره په حقيقت کې د هغو هڅو د ااميندواري وې تمرين دی چې د ټولنې غړي دې ته رابولي چې د خپلو اولادونو د تعليم په لاره کې مسئوليتونه په غاړه واخلي.

د نجونو او هلکسانو لپاره تر ۳۰ ښوونځي ټولگيو پورې د ټولنې په چوکاټ کې منځ ته راوړل شوي دي او فعاليت کوي.

هلکان او نجونې په دغو ښوونځيو کې اساسي ښوونه او روزنه ترلاسه کوي.

کوم درس چې له دغو فعاليتونو څخه زده کيږي په دقت سره په نظر کې نيول کيږي چې په راتلونکي پړاو کې ترې کار واخستل شي.

په اوس وخت کې ۳۶ ښوونځي د CDAP د سولې د همکارانو او دکليو د شوراگانو په مرسته دکندهار او فراه په ولايتونو کې منځ ته راغلي دي او ۸ ښوونځي د جېستات UNCHS د ادارې او دکندهار ښار دښورۍ په ايټکار پرانستل شوي.



په دې کې شک نشته چې ښوونه او روزنه د ټولنې دانکشاف د ملاتړي او په ټولنه کې د سولې او ثبات لپاره کليدۍ فکتور او لامل دی. له همدې امله په ټولنه کې ښوونې او روزنې ته زياته تقاضا او غوښتنه موجوده ده، خو دمنابعو او زيرمو نشتوالی ددغې غوښتنې د پوره کولو په لاره کې ستر خنډ دی.

که څه هم د ښوونځيو خپريه موسسو او د ملگرو ملتو دخپلو ارگانونو له خوا د هيواد په ځينې برخو کې تعليمي پروگرام حمايه کيږي، لکن دا په هيڅ وجه کافي او دپايښت ونه دی او لويه

شرايطو درلودونکۍ وچې د سولې پروگرام او ټولني ورباندې موافقه کړې وه، ددې کار هدف دا و چې امکانات هرڅه زيات او زياتونه او خطرونه اصغري حدته راکم کړي او وروسته له هغه پروگرام ته پراختيا ورکړي. CDAP او UNOPS د دوو هغو موسسو په توگه وټاکل شول چې په دې کار کې د لارښود نقش ولوبوي. هماغه و چې د ۱۹۹۹ کال په اگست کې دغو دواړو موسسو ددغه مهم کار په بشپړولو کې په عملي اقداماتو لاس پورې کړ.

المللی ملل متحد په مکاتب دختران د داخل کشور بود.

درين مراس ۷۰۰ نفر په ستين وشغل های مختلف شامل پروفيسران اسبق پوهنتون، انجنيران، معلمين، داکتران، نرس ها، وسرمعلمين مکاتب اشتراک ورزيده بودند که ۱۵ تن از آنها به گرفتن جايزه از طرف ترتيب دهنده گان محفل نایل شدند.

علاوه به اين روز زن در شفاخانه ولادی ونسايی ملای طی یک محفل دوساعته برگزار گردید که در آن ۶۰ تن از کارمندان زنانه دفاتر غیر دولتی وملل متحد اشتراک ورزيده بودند.

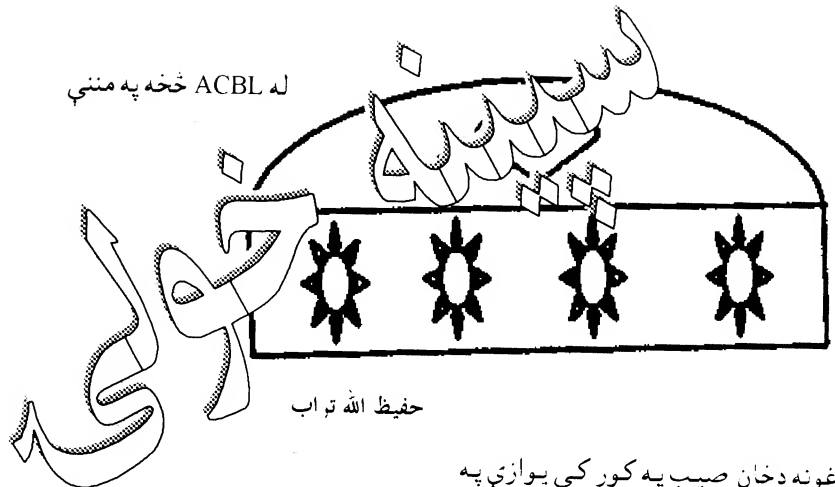
درشهر هرات نیز طی گردهمایی های در کلينیک ها ومکاتب زنان اين روز برگزار گردید که در آن در باره حقوق اطفال وزنان از نقطه نظر اسلام بحث های جداگانه بعمل آمد.

جريانات اين مراسم از طريق راديو صدای شريعت به نشر رسيد وپه رسانه های بين المللی اجازه داده شد تا با زنان مصاحبه های داشته وخواهرا نه نشر نمايند وهمچنان رهایي ۶ تن زن زندانی به احترام ازين روز اعلام گردید.

دفعر سازمان ملل متحد و همکاران کک کنندۀ ای دیگر سازمان، موسسه البنياد، موسسه های تطبيقی گذاشته و سرپلان شامل همکاران و افراد قابل انتقال به افغانستان شامل همکاران و افراد قابل غريبا، معالين، مريضان، كميته سرپرست تعليمي انات در شفاخانه ها، ادويه به همکاران و همکاران زنانه، مواد درسی به مکاتب نواندو، کتب از طرف دفتر WHO و فعاليت های طومر واديه به نفع زنان توسط UNICEF و همچنان کمک های اختصاصی از جانب کارمندان ملی وبين

من، استغفر
امسال روز زن در شهر های پيښور و کابل برگزار شد
انداخن محافل برگزار گردید
اسلامي افغانستان، سازمان ملل متحد و دفاتر UNICEF در برگذاری ازين روز رول بارزی بازی نمودند.

درچنين روز وزرات خارجه دعوت نامه ای را به تمام کارمندان ملی وبين المللی جهت اشتراک دربرگذاری از روز زن در شفاخانه رابعه بلخی ارسال نمود.



زرغونه دخان صيب په کور کې يوازې په پاتې شونې کتغ او ډوډۍ مزدوره وه. د هغې لپاره پنځلس شل روپۍ هم لوی غړ و. هغه چې به ماښام سترې ستمونه دخان صيب له کوره راغله نو جمیل به يې له لمنې دواړه لاسونه چاپير کړل په کوچنۍ او خوږه ژبه به يې ورته وويل: زما سپينه خولۍ! د زرغونې سره به له بهانو پرته بل څه نه وله واره به يې تندې ته پس ورکړ او په غولونکي ډول به يې وويل: "ميراث دې شي. داڅنگه فکر دی." خو هغې به لانورې خبرې نه وې کړې چې جمیل به منډه کړه. مور ته به يې شا کړه او ديوال ته به مرور ودرید. خو ترڅو چې به هغه ژړل زرغونه به بيا وررسيدلې وه. په غيږه کې به يې ونيو. دهغه سپين مخ او غټې تورې سترگې به يې ښکل کړې او هغه به يې په دې دلاسا کړ چې گواکې سبا يې ورته حتمی راوړي. خدای خبر دهغه سپينه خولۍ څنگه خوښه شوې وه. دهغه دا څوومه ورځ وه چې له موره بې سپينه خولۍ غوښتله. که د زرغونې وس وای نو جمیل ته به يې ټولې جامې له سرو زرو جوړې کړې وای. هغه دهغې د شهيد څښتن د یاد يوه نښه وه. هغه هغې ته له خان او جهانه گران و. خو رښتيا "اوښ چې په پيسه شي او پيسه نه وي نوڅه به يې کړي."

گنې دجمیل د يوې شيبې په مرورتيا به د زرغونې زړه ټوله ورځ نا ارامه و. ورځې شيبې تيريدلې. څومره چې به زرغونې خپل زوی ته د درواغو وعدې ورکولې هومره به دجمیل مينه او تلوسه د خولۍ سره پيريدله. خدای کارونه وو چې يوه ورځ دخان صيب زړه پر زرغونې وسو. د سرسايې څه برخه يې زرغونې ته ورکړه. خان صيب يې په پيرو دوعاگانو ولمانځه. په دغه ورځ يې له هغه لږه وختی اجازه واخيسته. په بېره بېره دکلي دوکان ته ورغله. يوه ښکلې سپينه خولۍ يې راښووله. په دغه ورځ که هغې له ځانه مرغۍ جوړولای شواى نو دجمیل لپاره به يې کړې وای خو اوس يې ايله په خپلو پښو لاس بر و. په لږ وخت کې کورته ورسیده. له دې سره جمیل ترې د معمول په خير وپوښتل: زما سپينه خولۍ! زرغونه خولۍ له پرونۍ بهر کړه. د پښو په سر کښيناسته. هغه ته يې ورپه سر کړه اوويې ويل "مبارک! زما زوی لکه شهزاده داسې ښکاري". جمیل يوه معصومانه موسکا وکړه لکه چې دمور په خبره شرميدلى وي. او چې سترگې يې ښکته کړې نو زرغونې په غيږ کې کلک ونيواو څوځله يې ښکل کړ. جمیل ترماښامه څو ځله خولۍ په سر کړه او بيا به يې په تخرگ کې کلکه ونيوله. د شيبې يې خدای خبر څو ځله خوبونه وليدل.

کله به يې خان دهمزولو په منځ کې لیده چې خولۍ يې پر سروې اوکله هم يوازې. دخوب په يوه برخه کې يې يو همزولی ترې خولۍ وتښتوله. له دې سره جمیل چيغه کړه. مور يې راوښنه شوه جمیل په ريرديدونکي غږ وويل! زما سپينه خولۍ! مور يې خولۍ ورکړه. هغه په خپل زړه پورې جوخته ونيوله او ویده شو. سهار دکلي ماشومانو د خوږ ترڅنگ لوبې کولې. اختر ته به دوه درې ورځې پاتې وې. هر يو ماشوم به دخپلو پلرونو ستاينه کوله يوه به ويل ماته يې ښې جامې راوړي اوبل به خپلې ستايلې. جمیل خپلې سپينې خولۍ ته دومره خوشحاله وو چې په منډه منډه دکلي دماشومانو د لوبو ځای ته لاړ. لږه شيبه وروسته باد راواوت. دجمیل له سره يې خولۍ په هوا کړه خو لږ وروسته بيا راپريوته. هغه په وږه وږه منډه ورغی خو له دې سره دباد بلې څپې خولۍ نږدې دښتې ته ورسوله. هغه بيا ورمندۀ کړه. خولۍ ته ورورسید. نږدې وه چې ويې نيسي خو د باد بلې څپې يې خولۍ له گوتو يورۀ. دا خل دباد څپه دومره ميرنۍ نه وه ايله يې ترې خولۍ پرځمکه رغړوله. جمیل هماغسې ورپسې و. نور يې نو زغم هم نه و. هغه ته د زړه له تله ژړا ورغله. داسې ستمیده چې نور يې د منډو توان نه و. خو خولۍ هم نوره پرځمکه ارامه شوه. خو دريغ!

لابو څو گامه پاتې و چې د بو کړنگ سره دورې شوې. هغه په دوږو کې پټ شو. دورې لا پوره نه وې ورکې شوې چې د خان صيب در مې شپون ورمندۀ کړه. هغه چې جمیل وليد نو په وينو رنگ رنگ و. دهغه پښه ماين الوزولې وه. شپانه کوښښ کاوه چې جمیل يوسي خو هغه به ورته همد اويل "زما سپينه خولۍ" له دې سره شپانه اړخ ته وکتل. خولۍ پرته وه. خو هغه اوس سپينه نه وه. په وينو سره خولۍ وه. او چې جمیل ته يې په لاس کې ورکوله نو هغه ورته په سلگو سلگو وويل "دانه اخلم. زما... خو... لى... خو... سپ... ينه... وه".



چگونه میتوان طفل ناشنوا را کمک کرد تا شامل مکتب شود

پروین عطیسی

۸. در باره کلماتی که طفل واضح تلفظ کرده میتواند باید معلم بداند. بعد از تهیه نمودن معلومات کافی برای معلم، کارمند ساحوی باید معلم را تشویق کند. درباره اهمیت کار او برای خودش و همقطاران او بگوید. در هر قدم او را تشویق نمایند. درباره نوعیت کار و آشنایی با آن معلم را یاری کند تا برای معلم چیزی نامانوس و ناممکن احساس نگردد.

بر علاوه کارمند ساحوی باید طفل وفامیل اش را تشویق کند تا از اشارات معمولی که برای دو جانب قابل درک باشد استفاده نمایند. هر موضوع را باید برای طفل به اندازه توان تشریح کند و از حوصله مندی کار بگیرد. نباید طفل را لت و کوب نماید. اگر طفل شنیده نمیتواند پس تقصیر او چیست.

فامیل های که طفل ناشنوا دارند باید با کارمند ساحوی به تماس شوند. واز او طلب کمک نمایند.

بعداً کارمند ساحوی بعضی نکات را باید در نظر بگیرد که با در نظر داشت آن نکات کار را برای معلم و طفل آسان بسازد.

۱. معلم باید در باره شنوایی بداند.
۲. معلم باید در باره درجه شنوایی طفل بشکل تقریبی بداند که کدام صداها را شنیده میتواند و شنیدن کدام صداها برای طفل مشکل است.
۳. برای معلم باید تشریح کند که محاوره با طفل ناشنوا مشکل است اما غیر ممکن نیست.

۴. مهارت های محاوره وی طفل را باید معلم بداند.

۵. در مقابل معلم و طفل، کارمند ساحوی باید صادق باشد یعنی نباید طفل را اضافه تراز توانایی او برای معلم معرفی کند.

۶. اگر طفل آله شنوایی دارد در باره آن باید برای معلم توضیحات داده شود.
۷. در قسمت نشستن طفل در صنف معلم

رهنمائی گردد. (نزدیک، روبرو، نزدیک کلکین) و غیره.

مهارت های محاوره وی طفل ناشنوا در شامل شدن به مکتب:
نکاتی چند درین مورد:

۱. اگر طفل در جریان درس احساس خستگی و ناراحتی میکند معلم باید علت آنرا پیدا کند زیرا امکان دارد که طفل مشکل شنوایی داشته باشد.
۲. طفل ناشنوا بنابر عدم موجودیت قوه شنوایی درک ضعیف دارد او ممکن قادر به آموزش در صنف بالاتر نباشد. زیرا سلوک او در صنف خرابتر شده و احساس محرومیت میکند.
۳. اگر طفل ناشنوا کمی توانایی استفاده از زبان گفتاری را داشته باشد. هرگاه کلمات توسط معلم بصورت واضح بیان شود طفل آماده آموزش در مکتب شده میتواند.

چطور یک کارمند ساحوی معلم را در قسمت آموزش طفل ناشنوا در صنف کمک نماید.

- در قدم اول باید معلم بپذیرد که طفل را با همه مشکلات اش در صنف کمک میکند.

ناتوانی در آموزش

ادبیت و ترجمه: دکتر نجیب الله محبوب

نباید تمام واقعات ناتوانی در آموزش به خرابی وظایف دماغی نسبت داده شود.

۲. بی موازنگی های کیمیاوی:

بکتهعداد محققین ادعا دارند که یک عامل ناتوانی آموزش نزد اطفال بی موازنگی های بیوشیمیک در وجود طفل است. داکتر بنجامین فینگوله در سال ۱۹۷۶ نظر به مطالعات خود نشان داد که مصرف رنگ های مصنوعی و مصالحه جات سبب بروز ناتوانی در آموزش نزد اطفال می شود وی توصیه کرد که غرض تداوی این تکالیف باید به این اطفال غذا عاری از رنگ ها و مصالحه جات خوراند. هم چنان عالم دیگری ادعا کرد که علت تکلیف نزد این اطفال عدم قابلیت ترکیب ویتامین های لازمی در بدن شان است لذا باید برای این اطفال مقادیر زیاد ویتامین ها داده شود.

۳. عوامل محیطی:

بعضی عوامل محیطی و خانوادگی نزد این اطفال در بروز ناتوانی در آموزش رول دارد. مثلاً طفلی که مصاب تشوش در رویه و رفتار است. همچنان عدم رهنمایی درست، عدم تامین امنیت و محیط آرام، عدم موجودیت مدرسین با کفایت، موجودیت مشکلات اقتصادی و غیره اکثراً عامل ناتوانی در آموزش بوده و نزد این اطفال بطور ناجایز برچسپ ناتوانی در آموزش زده می شود. بقیه در شماره آینده.

و غیره موجود نباشد و این مشکل شان به تعلیمات خصوصی ضرورت داشته باشد. برچسپ "ناتوانی در آموزش" زده می شود. نظر به احصائیه های ایالات متحده امریکا این تکلیف نزد پسران نظر بدختران به تناسب ۳:۱ بیشتر بوده و ۷۵ فیصد اینها در ابتداء شناخته و تثبیت می شوند. اینها مشکلات بیشتری در آموزش حروف و خواندن دارند تا عملیه های حسابی.

اسباب:

تعیین سبب ناتوانی در آموزش در هر واقعه جداگانه کاریست مشکل. اما بصورت عموم بکتهعداد زیاد اسباب برای این تکلیف پیشنهاد شده و سه گروپ عمده اسباب ناتوانی در آموزش عبارتند از:

۱. تکالیف دماغی:

نزد بعضی از این اطفال علایم واضح تخریب دماغی موجود می باشد و این تخریبات ممکن قبل از تولد به وجود آمده باشد یا در زمان تولد یا بعد از تولد. این تکالیف اگر موجود هم باشند اکثراً جزئی بوده و بقدری نیست که تمام وظایف وجود طفل را بی نظم بسازد. در صورتیکه تخریب یا تکلیف واضح دماغی موجود نباشد در آنصورت گفته می شود که سوء وظیفوی جزئی دماغ یا Minimal Brain Dysfunction موجود بوده و باین معنی است که دماغ طفل وظیفه خود را بدرستی اجرا کرده نمی تواند. تاکید می شود که

ناتوانی در آموزش یا Learning Disability یک بخش عمده فوق العاده مورد علاقه کارکنان تعلیمات خصوصی یا Special Education بوده و بکتهعداد زیاد اطفال در سراسر جهان مصاب این مشکل اند و روزتاروز تعداد بیشتر اطفال مصاب این تکلیف شناسایی می شوند. لذا این ساحه وسیعترین بخش تعلیمات خصوصی را می سازد. بعضی ها موجودیت ناتوانی در آموزش را یک علامه عقب ماندگی دماغی تلقی می کنند در حالیکه همیشه چنین نبوده و اشخاص مصاب این تکلیف ممکن است عقب مانده نباشند (این موضوع در مبحث اسباب این تکلیف واضح شده).

تعریف:

در مورد تعریف این تکلیف مطالعات زیادی صورت گرفته و تعاریفات متعددی ارائه شده که مورد قبول همه قرار ندارد. اما تعریف ذیل که در قانون عمومی ایالات متحده امریکا در مورد معیوبین شرح شده تقریباً مورد توافق همه قرار دارد:

ناتوانی در آموزش به معنی موجودیت یک تشوش یا اختلال در یکی یا چندین مراحل سایکولوژیکی که در آموزش رول دارد، است. مثلاً ناتوانی در نوشتن، حرف زدن، فکر کردن، اجرای عملیه های حسابی و غیره. به عباره دیگر نزد اطفالی که صرف مشکلات در آموختن داشته اما سایر علایم عقب ماندگی مثلاً ناشنوایی، نابینایی

متحرک و فعال بودن:

نکات عملی جهت پرستاری سالمخوردگان

۱. پوشاندن لباس

هرگاه شخصی به یک طرف بدن خود کدام ضربه دیده باشد و یا دست و پایش خشک و مصنوعی باشد، پوشانیدن طرف ضعیف تر که کمتر متحرک باشد ساده است زیرا حرکت کمتر می‌خواهد. عین این عمل را در کشیدن لباس نیز انجام داده می‌توانید یعنی از جانب که ضعیف تر است کشیدن لباس را آغاز کنید. برای یک شخص کمتر فعال و یا بهتر بگویم کمتر متحرک پوشیدن لباس آزاد با کمربند لاشتیکی و آستین های کفدار راحت تر خواهد بود. موجودیت دکمه های بزرگ نسبت به کوچک در عمل بستن و باز کردن آستین ها و پیراهن کمک بیشتر مینماید.

۲. نشستن و برخاستن:

برای شخص که مبتلا به شخی مفاصل بوده عضلات سست و یا توازن بدن نداشته باشد نشستن و برخاستن از روی چوکی پخش و یا دوشک خیلی ها مشکل است. اطمینان حاصل نمائید که چوکی ایشان بقدر کافی بلند بوده تا ران ها و زانو های شان به زاویه درست قات شده بتواند. چوکی بازو دار جهت نشست و برخاست

بهرتر و مناسبتر خواهد بود. بخاطر نشستن روی چوکی، شخص باید خوب نزدیک چوکی شده، بعدا دور خورده تا عقب پاهایش به چوکی تماس نماید. ابتدا باید از بازو های چوکی محکم گرفته و بعدا آهسته روی چوکی خود را خم نماید. جهت برخاستن از چوکی شخص باید خود را خوب نزدیک کناره ئی چوکی نموده، دستان خود را بالای بازوان چوکی قرار داده پاها را به اندازه یک پلست و چارناخن از هم دور نماید. بعدا سر خود را پائین نموده تا بتوانند که وزن خود را به پیش کشانده و خود را آهسته راست بسازد. پیش از حرکت نمودن توازن بدن شان باید درست و برابر بوده نکات فوق را در هنگام بلند شدن از بستر و رفع حاجت نیز باید مدنظر بگیرند و مراعات نمایند.

۳. بالا شدن به زینه یا بلندی:

شخصی که کمتر قابلیت حرکت را داشته باشد البته باید پای قویتر خود را به پته زینه گذاشته تا وزن بدن خود را به بالا بکشاند. به تعقیب آن پای ضعیف تر و چوب دست اش را. اشخاصیکه مفاصل زانوهای شان شخی دارد توصیه

ادابت و ترجمه: ص. احسانیار

میگردند که روی خود را بطرف عقب دور داده و از زینه ها پائین شوند.

۴. راه رفتن با اعصاب چوب:

اطمینان حاصل نمائید که بلندی چوب دست برای شخصی که استفاده مینماید مناسب بوده یعنی زمانیکه شخص با چوب ایستاده میشود و اتکا مینماید بازوی دست اش کمی خمیده گی داشته باشد.

سر چوب دست باید یک حالت (چنگی) یا گول را داشته باشد تا به سهولت استفاده گردد. یک توتیه را بر سر (از تیر کهنه بایسکل موتر) در قسمت نوک چوب ببندید تا از لخمیدن چوب دست جلوگیری کند.

هرگاه شخصی از یک پا ضعیف باشد، چوب دست را به سوی دیگر بدن خود بگیرد تا توازن راه رفتن شان برقرار گردد (با بازوی چپ و پای راست راه رفتن در عین زمان و برعکس آن، شخصی که دوچوب استفاده میکند باید بطور طبیعی و نارمل راه رفتن را ادامه دهد).

فعالیت های فوق العاده کمیته CBR قریه غیزان

الخلاها، وسرک، کمک در دور واکسیناسیون، توزیع تخم بذری حاصلخیز به دهقانان و تهیه سامان آلات تشییع جنازه و مراسم عزاداری. این کمیته کار نامه های فوق العاده و بالاتر از توقع در عرصه های اقتصادی، اجتماعی، و اعمار مجدد این قریه انجام داده که واقعا قابل قدر دانی میباشد.

العاده را از زمان تاسیس به این طرف انجام داده اند. این فعالیت ها شامل کمک در قسمت سروی معیوبین، معرفی دو تن از رضا کاران به پروگرام، سهولت تاسیس ۴ کورس قالین بافی برای معیوبین اناث، تاسیس یک صندوق تعاونی قریه، زمینه سازی توزیع ۵۰۰۰ دالر قرضه را به ۸۰ نفر ضرورتمند که توسط WHO کمک گردیده بود، اعمار یک نهر، بیت

در سال ۱۹۹۷ با ابتکار وکیل احمد کارمند ساحوی و همکاری مردم و شورای اسلامی قریه غیزان منسگر ولسوالی انجیل ولایت هرات کمیته CBR تاسیس گردید که اعضای آن شامل یک ریس و ۶ الی ۸ اعضای دیگر آن اشخاص معیوب و پدر یکی از معیوبین میباشد. تمام اعضای این کمیته توسط کارمند ساحوی تعلیمات حاصل نموده و فعالیت های فوق

دخان پوره کول او پرخان باور پیدا کول

محمد رسول رسول له CDAP قندهار څخه

ښاغلی محمد ابراهيم دقندهار د ولايت د پنځمې ناحيې دحضرت جی بابا دسفن مسجد اوسيدونکی دمين په يوه پيښه کې ښی پښه دلاسه ورکړې ده. څرنگه چې دې د وړوکو بچيانو خاوند و او په کور کې يې بل څوک نه درلود چې ده او يا دده وکهول ته يو څه ناڅه راوړي او يو څه چې يې درلود هغه هم يا وخوړل شول او يا دده په دوا کې مصرف شول او دښپو په سبا کولو کې دډيرو اقتصادي ستونزو سره لاس په گريبان شو. او په پور او د دارايي په خرڅلاو يې شروع وکړه ترڅو خپلې ښځې او وروماشومانو ته يوه گوله ډوډۍ راوړي.

مگر دا دپور لړۍ يوه دوامداره لړۍ نه وه چې دی د اقتصادي ستونزو څخه راوگرځوي او يا دکار او فعاليت لپاره دده په ژوند کې بدلون راولي. هغه انډيوالان او ملگري چې دده سره يې دده د زيانمنتوب څخه مخکې ميلې او تماشي کولې. ټول ورڅخه بيل شول او پرسپين ډاک باندې ځانگړې دخپلو وړوکو بچيو او ښځې سره پاتې شو او حتی دده د دروازي پوښتنه يې هم نه کوله. د پور دروازي هم دده پرمخ وتړل شولې. په دغه وروستيووختو کې دقندهار د معيوبينو هراړخيز پروگرام CDAP دمنځنۍ سطحې کارمند چې نظر علي نومېږي او په خپله هم په يوه لاس معيوب دی نوموړی محمد ابراهيم سروې کوي او ورسره دده په بيارغونه کې په کومک شروع کوي. يعنی د مصنوعي پښې او لکړو په هکله کوم چې د گارډينز د ورکشاپ له خوا څخه تهيه کيږي اوځينې فيزيوتراپي همکاري يې هم ورسره وکړي ترڅو چې محمد ابراهيم جسمانی

بيارغيدنه پيدا کړي له او همدارنگه نوموړی کارمند (MLRW) وماته دقرضي په هکله خبر راکړ ما او هغه محمد ابراهيم له نژدې څخه وليد او خوشبختانه د ډيرو پوښتنو او خبرو څخه وروسته موږ ته معلومه شوه چې دې يو ښه تکړه سيټ جوړوونکی دی او هم د سيټ په جوړولو کې ډيره علاقه لري او يوازيني مشکل يې دپيسو نه درلودل و. نو هغه و چې موږ هم دده لپاره د پور ورکولو فورمي ډکې کړې او په نيټه ۹۸/۶/۱۳ باندې موږ وده ته د ۲ مياشتو په مهلت او د ۱۴ مياشتو په موده ۲۷۰۴۸۰۰ افغانۍ پور ورکړې.

"ته حرکت کړه خدای به برکت کړي"

په دغو پيسو محمد ابراهيم دقندهار دښار دعيده گاه د جادې وشمالې لور ته چې دموترانو او رکشاو گڼه گوڼه هم ډيره ده د سيټ جوړولو يو دوکان پرانيست او په کار يې پيل وکړ.

موږ هم ورسره د شغل په برياليتوب کې څه ناڅه چې زموږ زده و شريك کړل. اوس ښاغلي محمد ابراهيم بيا دنوم اوښمان خاوند شوي او ډير خلک يې پيژني او دمحمد ابراهيم استاد په نامه يې بولي. خلک خپلې رکشاوې ورته راولي او دي يې سبتونه ورته جوړوي او مشتريان هم په درنه سترگه ورته گوري. دی هم ډير خوشحاله دی او هغه پورونه چې دمخه پرده باندې وو ټول يې اداء کړل او دهیچا يوه اته او حبه پورې نه دی. زموږ د CDAP قسطونه هم پر خپل وخت او زمان راکوي د خپل کور

ضرورتونه هم په ښه توگه پوره کوي او دکور دغو د خوشحالي سبب هم گرځيدلي دي. پاتې دي نه وي چې اوس که ډيرې پيسې هم دبازار دخلکو څخه په قرض واخلي خلک يې ورته ورکوي. ځکه چې دوي باور لري نوموړی يو کاسب او گټندوی سړی دی.

هر معيوب ته لازمه دا ده چې په کار پيل وکړي مشهور مثل دی چې وايي "ته حرکت کړه خدای به برکت کړي" په حرکت کولو سره دانسان نه يوازې اقتصادي ستونزې حل کيږي بلکې جسماني او روانې گټې هم ډيرې ورته رسيږي. نو بيکاره شخص او په خاص ډول معيوب بايد د يو کار دپيل لپاره بندوبست وکړي. د کارشناسانو او يا دټولنې له تجربه لرونکو خلکو سره خپل کونښن شريك کړي څو په پوره توگه د يو شغل د پيل لپاره پلان جوړ کړي او ددغه پلان په عملي کولو کې گټور گامونه پورته کړي. او هغه څه زده کړي چې د بازار موندلو او يا دموادو په تهيه کولو او دخلکو راجلبولو کې ارزښتناک وي. يو ځل بيا هم موږ د محمد ابراهيم شغل له نژدې څخه وليد او دده سره مو دهغه د شغل د برياليتوب په هکله خبرې او اتري وکړي. په اوسنی حالت کې يې له موږ سره د يوه معيوب د شاگردې په هکله وعده کړې ده چې معيوبين د شاگرد په ډول منم او هغه شي چې زما زده دي دوي ته يې ورنقل کوم. اوس امکان شته چې ښاغلی نظرعلي MLRW يو يا دوه معيوبان ورته پيدا کړي وي او دده سره يې د شاگردې په ډول کښيولي وي.

"با بیگانه گان ازدواج کنید تا نسل تان ضعیف نیاید"
حدیث شریف

ازدواج با اقربا و اثرات ناگوار آن

عبدالودود CDAW ازفراه

برایشان تشریح شد. همچنان برای برادر بزرگتر شان مبلغی از قرضه های دورانی تادیه گردید اکنون او و برادر دیگرش یکجا صاحب شغلی بوده، و از این طریق عواید بدست میاورند. ایشان توانستند تا پول قرضه را واپس نموده بر علاوه مصارف زنده گی روزمره فامیل را نیز تهیه بدارند. ناگفته نباید گذاشت که مسئول انسجام آن منطقه درین مورد همکاری بسیار زیادی از خود نشان داده است.

معیوبین مذکور قبل از اینکه پروگرام همه جانبه معیوبین افغان در ولایت فراه شروع به فعالیت نماید خیلی ها در حالت انزوا بسر میبردند، حتی اینکه دوستان و نزدیکان شان از آنها دوری میکردند. ولی بعد از اینکه کارکن بازتوانی بنام عبدالودود پروگرام بازتوانی معیوبین با ایشان کار را آغاز نمود یعنی بعد از سروی و ثبت اسمای شان و تشریح اهداف پروگرام ایشان تحت آموزش خانگی قرار گرفتند. در جریان دید و بازدید اول کتابچه های رهنمایی مربوط

در شهر فراه در یکی از خانواده ها پنج نفر معیوبی که ثمره ازدواج اقربا میباشند و دارای مشکلات شدید آموزش هستند بسر می برند. این معیوبین سه برادر و دو خواهر بوده که به ترتیب ۱۶ ساله، ۲۰ ساله، ۲۵ ساله و ۲۸ سال عمر دارند و با مادر کلان سال خورده شان که با زنده گی و مشکلات آن دست و پنجه نرم میکند زنده گی میکنند.

کلبه احزان

من کودک افغانم بیمار و پریشانم
باعمر قلیل خویش در کلبه احزانم

مسرور نشد این دل غمها به سرم انبار
در گریه و نالانم از درد و غم روزگار

معیوب شدم معلول پایم چه شد و دستم
با این همه حیرانی همت بدلم بستم

محروم ز تعلیمم و ز خواندن و نوشتن
ارمان بدل دارم در مدرسه زیستن

از لطف پدر محروم کجاست مرا مادر
با این تن معلولم جویان روم پی هر در

ای "فروتنم" بشنو این شکوه و فریادم
در شعر بیانش کن تورس به این دادم
(فروتن)

سیدعلی حیدر حکمتی

سوم په پښو گوډ پلاسوشل غرق په خفگان کې پاته
په وینو سوریم نوڅه سول په ما افغان کې پاته

اوس مې لاسونه او پښې بالکل حرکت نه کوي
ورسیدو ته ترمنزله قصه د وینې نکلوي
طاقت تمام شو ملگری بالاصححت نکوي
د ډیرې تندې څخه سوم په بیابان کې پاته

په غورو کېن په خوله گنگی څوک پوهولای نسیم
داسخت مشکل به هیڅ رقم زه حلولای نسیم
په سترگو روند په سپینه ورځ پرلای تللای نسیم
عقل کوته د ما خراب سوم په ارمان کې پاته

حلق مې سووچ ناروغی محمود غزنوي نه اوري
ژړا، فریاد مې احمد شاه ابدالي نه اوري
ساندې مې سیدجمال الدین افغانی نه اوري
یم بدنصیب چې بې وارث سوم په جهان کې پاته

الهې ددې ناعلاج مریض دوا راکې ته
د جهالت د تورو تیارو څخه شفارا کې ته
سم د سیالو سره عزت او هم پند راکې ته
د امید، غوټې مې گل کې په بوستان کې پاته

نن څیرې گریبان زه سیدعلی حیدر ولیدم
حکمتی په شوخ نظر ټول په زیرو زور ولیدم
د پریشانی په حال کې بې زخمی بشر ولیدم
زما زهیر تصویر به سی دده په دیوان کې پاته

سوم په پښو گوډ پلاسوشل غرق په خفگان کې پاته
په وینو سوریم نوڅه سول په ما افغان کې پاته

عبدالغلام حاديه

محمد سرور غزني



ميلادی کال ترپايه پورې يې دی کارته ادامه ورکړه.

نوموړی ورور د دوهم ځل لپاره د ۱۹۹۷ کال په پيل کې دسويډن کميټې په چوکاټ کې دافغان معيوبينو لپاره د هراړخيز پروگرام د ډرپور په صفت مقرر شو.

محترم غلام حبيب د ۲۰۰۰ ميلادی کال د مارچ د مياشتې په نهمه نيټه په داسې حال کې چې د بيوزله معيوبينو لپاره په خدمت مصروف و او په همدې اړه د کابل او کندهار ترمنځ د اوږده سفر په ترڅ کې له کندهار څخه د راستنيدو په حال کې د مقر بازار ته نږدې د سړک د خرابۍ له امله په يوه غمجنه ترافيکي حادثه کې چې موټر يې په کې چپه شوی و، د شهادت لوړ مقام ته ورسيد. انا لله و انا اليه راجعون

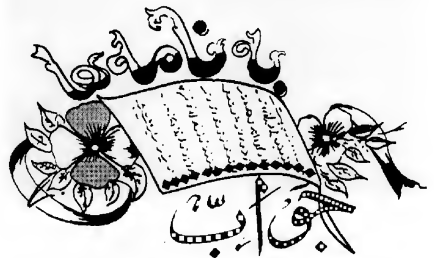
د نوموړي ايماندارۍ، اخلاق، صداقت او ښه خدمت د پوره يادونې وړ دي. دافغان معيوبينو د هراړخيز پروگرام ټول کارکوونکي له خدای تعالیٰ څخه نوموړی ته دغسوی او په جنت کې د لوړو درجو غوښتنه او کورنۍ، دوستانو او همکارانو ته يې دزړه د صبر او اجرغوښتنه کوي.

سره رسولو وروسته يې د فوايد عامې وزارت په مربوطاتو کې د تخنيک په صفت دنده سرته ورسوله او له هغې وروسته د همدې دندې د اجراء کولو لپاره د ارزگان ولايت ته تبديل شو.

په هيواد کې د بدلونونو په راتگ سره يې نوموړی دنده پريښوده او په ازاده توگه يې د موټر چلولو په دنده پيل وکړ چې بياروروسته د ۱۹۹۳ ميلادی کال په پيل کې د افغانستان لپاره د سويډن د کميټې د غړنې په دفتر کې د موټر چلونکي (ډرپور) په صفت مقرر شو چې د ۱۹۹۵

محترم غلام حبيب د صاحب شاه خوی د وردگو ولايت د چک د ولسوالۍ د چک د قريې او سيدونکي ۴۸ کاله وړاندې په خپل پلرني کلي کې دې فاني د نيا ته راغی.

نوموړی ورور خپلې لومړنۍ او منځنۍ زده کړې د غزنې ښار د حکيم سنايي (رح) په ليسه کې پای ته ورسولي او په ۱۳۴۸ ش کال کې د کابل ښار د نادريې په ليسه کې شامل او په ۱۳۵۱ کال کې له هغه ځای څخه فارغ شو. له هغې وروسته يې د فوايد عامې وزارت په چوکاټ کې د موټرو د تخنيک کورس د دوو کالو لپاره په برياليتوب سره سرته ورساوه. د کورس له



□ گران ورور محمد نادر د وردگو ولايت ساحوی کارکن. زموږ سلاهمونه هم منی ليک مو ترلاسه کړ. احساس مو دقدر وړ دی، موږ هميشه ستاسو د سالمو نظرياتو، انتقاداتو او پيشنهاداتو ته په تمه يو او دغه نکات په په اينده کې په نظر کې نيسو ستاسو د موفقيت په هيله.

□ برادر محترم شمس الرحمن فروتن سلام های گرم و صمیمانه ما را هم بپذیرید. سلامتی و موفقیت تان آرزوی ماست. از حسن نظر تان نسبت به مجله تشکر میکنیم. اینک شعر ارسالی تان را در همین شماره به نشر سپردیم. به امید همکاری های دوامدار شما.

□ گران ورور علاوالدين دقندهار ساحوی کارکن. ستاسو د "دښکې ولسوالۍ" تر سرليک لاندې دکيسې په نامه مطلب راوړسيد. په همدغه گڼه کې موچاپ ته وسپارلو، ستاسو د نورو همکاريو په هيله.

فزيوتراپي او دغړی قطع کيدل (Amputation)

لږه بې احتياطي او وږه صدمه کولای شي انسانان په دائمي توگه د بدن د يوې برخې څخه محروم کړي. او همدارنگه د صدمې څخه وروسته په معالجه کې پسلی کول هم ناروغ په ډيرو نورو مشکلاتو څخه کولای شي چې بيا يې علاج ډير مشکل او ډير وخت نيسي نو په دې لحاظ د غړيو د قطع (پريکولو او پړي کيدلو) څخه وروسته فزيوتراپستان مه هڅوئ. هغوی کولای شي چې ستاسو د غړيو د جوړيدلو او په وړځيو فعاليتونو کې په بيا کارولو کې ستاسو سره پوره مرسته وکړي.

هغه ناروغتياوې چې د اندامونو قطع کول لازمي دي:

1. Atherosclerosis د رگونو ناروغي چې په وينه کې شحميات اضافه کيږي او بيا د رگونو د بندېدو او د نورمالې وظيفې سرته رسولو مخه نيسي.
2. Diabetes mellitus د شکرې ناروغي چې دا هم د عضو د قطع کيدو زمينه برابروي.
3. صلمي: لکه د موټر ټکر، هامين چاودنه، تلورو ځايونو څخه غورزېدل.
4. نوموړنه: خبيث تومورونه هم يوه عضوه په پريکولو مجبوروي.
5. دزيږون بدشکلې گانې: بعضی بدشکلې گانې چې دعضوي دقطع کولو څخه پرته بله چاره نه لري او ناروغ يې په موجوديت کې خپل ورځني کارونه نه شي کولای نو دغه قسم بد شکلې گانې هم ديوې عضوي قطع کول لازم گرځوي.
6. حاد التهابات چې په تداوي سره نتيجه ورکړي نو بيا د (Gas gangrene) په نوم عمليات بايد ترسره شي ځکه که دا عمليات اجرا نه شي نو پوسوب د ناروغ نور بدن ته خوريږي. او د ناروغ د مرگ سبب کيږي.

ناروغ بايد څه وکړي؟

د غړو قطع کيدل امکان لري د صدمې په ځای کې واقع شي او يا دصدمې څخه يو څه موده وروسته صورت ونيسي. په هر صورت د يوه غړي قطع کيدل که په هر ځای کې واقع شي او دهر سبب له کبله وي. بايد ناروغ لاندنيو ټکيو ته زياته پاملرنه وکړي.

- ناروغ بايد فعالو تنفسي تمرينونه دوام ورکړي.
- ناروغ بايد خپل وضعيت ته زياته توجه وکړي او د غړي د قبض کولو او په قبض حالت کې ساتلو څخه بايد ډډه وکړي.
- ناروغ بايد خپل پريکړل شوي غړي اوهم د بدن ټولو اندامونو ته په فعال شکل حرکت ورکړي.
- ناروغ بايد خپل وضعيت ته هر "دوه ساعته وروسته تغير کړي چې د بستر زخم پيدا نه شي.
- ناروغ بايد خپله قطع شوي عضوه د زړه د سطحې څخه جگه ونيسي چې د پړسوب په لمنځه وړلو کې کومک وکړل شي.

په شپې پسې روح راځي

سید الرحمن چې خپلې شپې د کور په یوه گوښه کې تیرولې د رحیم الله سره له کور څخه بهر ته راووت او د کور په شاوخوا محل کې یې ځان بلد کړ. د کلي خلکو به چې سید الرحمن لیده په تعجب او حیرت به یې ورته کتل خو د کلي ماشومانو هیچانه پیژانده حیران وو چې دا څوک دی او څه کوي. سید الرحمن د رحیم الله په همکاري د کلي د ټولو خلکو سره بلد شوه او همیشه به یې کوښښ کاوه چې د کلي هغې مجلس ځای ته ورشي کوم چې هغلته خلق راټولېږي. وروسته له څه مودې څخه د رحیم الله لخوا سید الرحمن او دهغه د فامیل سره د سید الرحمن د کار او مصروفیت په رابطه خبره وشوه او ورته وویل شول چې وروسته له دې څخه سید الرحمن باید کار وکړي هغه باید یو ازاد شغل ولري، دچا احتیاج نه وی او باید مستقلانه ژوند وکړي.

په کال ۱۹۹۲ کې دافغان معیوینو هراړخیز پروگرام د وردگو د ولایت په څلورو ولسوالیو کې د معیوینو د بیارغونې په خاطر کار شروع او د معیوینو په مقدماتی سروې یې پیل وکړ او سید الرحمن هم د جغتو د ولسوالۍ د ساحوي کارکن لخوا سروې شو. وروسته له څه مودې څخه رحیم الله د CDAP ساحوي کارمند د چوپان کلي ته ورغی د سید الرحمن پلار ته یې د افغان معیوینو هراړخیز پروگرام تشریح کړ خو د سید الرحمن پلار قناعت ونکړ ویې ویل: خدای چې رانده کړي هغه به څه وکړي. وروسته د ډیرو خبرو څخه رحیم الله د سید الرحمن پلار په دې قانع کړ چې سید الرحمن د موبلیټي (لارې موندلو) تریننگ واخلې، هغه و چې رحیم الله. سید الرحمن ته نوموړی تریننگ شروع کړ.

د نن څخه ۳۳ کاله مخکې د وردگو د ولایت د جغتو په ولسوالۍ او دچوپان په کلي کې د غلام محی الدین په کور کې یوه ماشوم سترگې وغړولې چې پلار یې ورباندې نوم سید الرحمن کیښود. سید الرحمن ښه صحمتند او ګلالی هلك و، خود شپو په تیرولو سره د هغه مور ورباندې پوه شوه چې سید الرحمن نابینادي او څه نه ویني. هغه وو چې د ده پلار او نور دوستان خبر شول او هر یوه د سید الرحمن په نابیناي خپل خپګان ښوده اوویل به یې چې دا هر دم شهید وګوري کاشکې نه وای پیدا شوی. دا به د هر سړي احتیاج او محتاج وي. هو، همداسې وه سید الرحمن د شپو په تیرولو او ورځو په بیګا کیدو سره لوی شو په تنهایی سره یې د خپل کور په یوه گوښه کې خپلې شپې تیرولې. له هیچا سره یې رابطه او تماس نه درلود او دکور څخه بهر نه راووته، هملته په کور کې وو.

تقدیر:

اداره مجله توان از ینکه نام دفتر محترم HIFA را در مضمون (روز سوم دسمبر ...) در قسمت سهم یری در ترتیب قاموس زبان اشاره ذکر نموده خیلی ها معذرت خواه است.

اعلان جایزه!

طی بررسی مضامین چهار شماره نشریه توان توسط هیئت تحریر نشریه مضمون تحریری برادر عصمت الله باشندده ناحیه اول ولایت قندهار و کارمند ساحوي دفتر CDAP در قندهار را بحیث بهترین مضمون سال ۱۹۹۹ انتخاب و مستحق جایزه شمرده. اداره نشریه از برادران محترم خواهش مینماید تا به دفتر ساحوي CDAP قندهار تشریف آورده جایزه شانرا تسلیم گردند. جایزه مضمون برنده سال ۲۰۰۰ در اخیر همین سال اعلان خواهد شد.

د منځنۍ سطحې د کار کوونکو لپاره

حل کړئ او جایزه واخلئ!

صحيح ځواب حلقه کړي.

۱. د مغزو دفلج لومړنۍ نښې کومې دي:
(الف) ژر وده (ب) غیر عادي خوراک (ج) یو ناڅاپی فلج کیدل (د) له اندازې څخه زیات نرم والی یا سستوالی.
۲. د اعضاؤ قطع کیدل (Amputation) څه ته وايي:
(الف) معیوبتیا (ب) د لیدلو ستونزې (ج) د بدن د یو غړی له لاسه ورکول (د) په حرکت کولو کې ستونزې.
۳. د پولیو یا د ماشومانو دفلج سبب څه دی:
(الف) یو صدمه په نخاع شوکی کې (ب) یو ویروس (انتان) (ج) مغزی فلج (د) د مفاصلو التهاب.

حل کړئ او خپله جایزه د CDAP له نږدې دفتر څخه تر لاسه کړئ.

چگونه تغییرات پایدار در خود پدید آوریم

قسمت اول

برای اینکه تغییری ارزش واقعی داشته باشد باید پایدار باشد. همه ماترجه کردیم که تغییرات لحظه ای، سرانجامی جز احساس کسالت و ناکامی ندارد. اکثریت از بوجود آمدن تغییر ترس دارند. زیرا فکر میکنند که تغییرات، موقتی است. در این بحث می خواهیم سه اصل مقدماتی تغییر را بشما در میان گذارم. که همه ما به بسیار سرعت میتوانیم برای ایجاد تغییر در زندگی استفاده کنیم. دقیقا این سه اصل همان اصولی هستند که هر فرد برای ایجاد تغییرات فردی، هر کشور برای اینکه جای خود را در عرصه جهانی باز کند، باید مراعات نماید.

اصل اول: معیار های خود را بالا ببرید:

هر زمان که صمیمانه مایل به ایجاد تغییری باشید، اولین کاری که باید بکنید این است که معیار های خود را بالا ببرید. وقتی افراد از من می پرسند که چه عاملی مرا واقعا تغییر داده جواب میدهم بطور قطع از همه مهمتر این بود که سطح توقعات و انتظاراتی را که از خودم داشتم عوض کردم. تمام چیزهایی را که منبعد نخواهم پذیرفت و تحمل نخواهم کرد و همچنین همه آن چیز های را که آرزو داشتم روی کاغذ آوردم.

زنان و مردانی را که هدف های بزرگ و دور از دسترسی برای خود قابل شدند، معیار های خود را ترقی دادند و به طبق آن عمل کردند و تصمیم گرفتند که به کمتر از آن راضی نشوند، در نظر آورید. هرگاه نظری به صفحه تاریخ بیندازیم اشخاص همچون هلن کلر، آلبرت اینشتین و غیره افراد دیگری که قدمهای عظیمی در راه ارتقاء معیار های خود برداشته اند به چشم میخورند نیروی که در اختیار آنها بوده در اختیار ماوشما نیز است. به شرط اینکه شهامت داشته باشیم. و آنرا بکار ببریم. تغییر یک فرد، یک سازمان، یک شرکت، و حتی جهان با یک قدم ساده آغاز میگردد و آن طوری که تغییری در خود پدید آوریم.

اصل دوم: عقاید زیان آور را تغییر دهید:

اگر معیار های خود را بالا بردید و هدف بزرگی برای خود تعیین نمودید اما واقعا و قلبا معتقد نبودید که میتوانید به آن هدف برسید. از همان

آغاز به کار خود لطمه وارد نمودید. شما دست به عمل نخواهید زد. در شما آن حس که باعث شود نیروی عظیم درونی خود را بیدار کنید وجود نخواهد داشت حتی در همین لحظه که مشغول مطالعه این مضمون هستید. اعتقادات ما هم چون فرمان های بی چون و چرا عمل میکند به ما میگویند که اشیاء و امور چگونه چه چیز ممکن و چه چیزی غیر ممکن است چه کار می توان کرد و چه کاری نه می توان کرد. اعتقادات ما اعمال، افکار و احساسات ما را شکل میدهد در نتیجه تغییر نظام اعتقادی، هسته مرکزی هر تغییر پایداری است. که در زندگی خود ایجاد میکنیم. باید قبل از دست زدن به هر اقدام اطمینان داشته باشیم که به هدف خود میرسیم و همانا که خواهیم رسید. اگر اعتقادات خود را در اختیار نگیرید، هر قدر هم که معیار های خود را بالا ببرید، پشتیبان لازم برای اقدام به عمل در شما وجود نخواهد داشت.

اگر مهاتما گاندی، با تمام رشته های وجود خود به قدرتی که در زمینه مقاومت بدون خشونت داشت مسلط نمیشد. قدرت ایمان، یعنی همین احساس اطمینان نیروی است که در پشت هر موفقیت بزرگ تاریخی نهفته است.

اصل سوم: شیوه کار را تغییر دهید:

برای اینکه بر اعتقاد خود پا برجا بمانید باید بهترین شیوه را برای رسیدن به نتیجه انتخاب کنید. یکی از باورهای اساسی من این است که اگر معیاری بالاتر برای خود در نظر گرفتید و توانستید که خود را به آن معتقد کنید " آنگاه بطور قطعی می توانید راه رسیدن به هدف را هم پیدا کنید به همین ساده گی راه را پیدا خواهید کرد.

برای انجام دادن یک کار قواعدی را پیدا کنید که در هر مورد از آن میتوان استفاده کرد. یک مثالی یا نمونه را مدنظر بگیرید یعنی از دست آورد های کسی که قبلا به نتایج دلخواه شما رسیده باشد بیاموزید آن گاه مشاهده کنید که آنها چه نوع معلوماتی دارند سعی نمائید تا اعتقادات اساسی آنها را بدانید. یعنی آنها چه میکنند و اعتقادات آنها چیست. طرز تفکر آنها چگونه است این کارها شما را فعال تر ساخته و از وقت شما صرفه جویی میکند. زیرا شما مجبور نیستید که ماشین را سراز نو اختراع کنید اما شما میتوانید آنرا دقیق تر تنظیم کنید، شکل آنرا تغییر دهید و شاید آنرا بهتر بسازید.

اگر شما متوجه شوید در زندگی بسیاری از مردم می دانند چه کنند، اما آنها فقط اندکی به

آنچه می دانند عمل می کنند. دانستن کافی نیست! عمل نیز باید نمود.

اگر بخواهیم کاری را بیاموزیم به راهنمایی ضرورت داریم اولین کارمربی اینست تا مراقب ما بوده تادر مورد خاص درست تعلیم حاصل نموده و بعدا بالای آن عمل نمایم. تا سریعترین راههای رسیدن به هدف را پیدا کنند بدین وسیله عمل کرد خود را بهتر میتوانیم ساخت. گاهی مربی مطلب جدید برای گفتن ندارد مگر می خواهد همان مطلبی را که میدانید یاد آوری کند سپس شما را به انجام دادن مجبور سازد. که توسط چنین طرح ها قدرتی در ما ایجاد میشود کیفیت زندگی نزد ما بالا رفته که در این راه پنج اصل مختلف بسیار مهم است که عبارتند از:

۱. تسلط بر عواطف و احساسات

دانستن این موضوع به تنهایی راه را برای آموزش مطالب دیگر باز نه میکند. فکر کنید بطور مثال چرا می خواهید وزن خود را کم کنید؟ فقط برای اینکه چربی کمتری در بدنتان باشد؟ یا احساس خوشی کرده که از داشتن وزن خلاص شده خود را سبک احساس میکنید و اطمینان و اعتماد به نفس خود را تبارز میدهید؟ حقیقتا هر عملی که انجام میدهیم برای تغییر نحوه احساس است با وجود این بسیاری از ما برای اینکه این کاری را به نحوه سریع و موثری انجام دهیم. جای تعجب است که استعداد و هوش عالی خود را عمدا طوری بکار میاندازیم که خود را در حال تضعیف قرار میدهیم. در حالیکه هر کدام ما دارای استعداد خارق العاده ای هستیم. اکثریت ماسعی میکنیم که خود را به دست حوادث بیرونی که هیچ کنترل بر آنها نداریم بسپاریم و هیچ توجه نه میکنم که بر احساسات خود مسلط شویم، در حالیکه احساسات ما در اختیار ما است.

بامطالعه این موضوع، علت وانگیزه کارهای را که میکنید و نحوه ایجاد بسیاری در عواطف را کشف خواهید کرد. پس شما متوجه خواهید شد که کدام یک از احساسات و عواطف، شما را تضعیف و یا تقویت میکنند. و چگونه میتوان از هر دو نوع عواطف به بهترین صورت استفاده کرد تا اینکه احساسات ما دست و پا گیر مانشوند. بلکه به عنوان ابزاری نیرومند در اختیار ما باشند تا از حداکثر توانایی های خود بهره مند شویم.

بقیه در شماره آینده

زرینہ بیگم
 عطا محمد اکمل
 دمنہا پیکر کی
 رسالہ اشرف
 نیو نیجی CDARS
 البریل
 صفائی
 عمر (9)
 کلکار



د پولېو د واکسين ورځي

خبروونکي

د افغان معيوبينو هر اړخيز پسر وگرام (CDAP)،
د ليکنې د بورډ تر نظر لاندې.

پته: دملکرو ملتونو له خوا دافغان معيوبينو
هر اړخيز پروگرام.

کمل مسهر لسين C12 پست بکسين ۲۴۰
بونيوړسني تلون، پيسور.

په افغانستان کې زموږ پټي:

بلخ:

پروژه همه جانيه معيوبين افغان / کميته
سوېدن دروازه بلخ، نژدېک کوچه نين
شهر هزار شريف، تېلفون ۲۷۷۶

ننځار:

پروژه همه جانيه معيوبين افغان / کميته
سوېدن سرک اول، متصل شستخانه محسن
عامة شهر جديده کابل.

وردک:

دافغان معيوبينو هر اړخيز پسر وگرام / د
اورلويدي وړکشاب - دژونې بنار

قندهار:

دافغان معيوبينو هر اړخيز پسر وگرام، د
UNOCHA دفتر دکندهار بنار.

هرات:

پروژه همه جانيه معيوبين افغان / چاراهي
آمرېت سرک محسن شهر هرات

۱. په افغانستان کې دملې واکسيناسيون ورځي

۲. دفلج دناروغۍ د ورکولو لپاره د واکسيناسيون

سراسري کمپاين

لومړۍ دوره د می د ۱ نه تر ۳ نيتي مطابق د

ثور د ۱۱ نه تر ۱۳ نيتي پورې.

دوهمه دوره د جون د ۳ نه تر ۵ نيتي مطابق

دجوزا د ۱۳ نه تر ۱۵ نيتي پورې.

۳. له پنځو کلونو وړوکی ماشومان مو د واکسين مرکز

ته راوړئ، چې واکسين شي.

۴. آرامي او سوله د ملې واکسيناسيون د بری اساسی

شرط دی.

۵. دماشومانو د فلج پرخلاف د واکسيناسيون د ملې

ورځو د کاميابي لپاره بايد دافغانستان ټول خلک

د هغې مرسته وکړي.

فلج ستاسې دماشومانو دښمن دی، په دوه

څاڅکو واکسين سره دا دښمن له منځه یوسئ!

